

КЛАДЕЗЬ ЗДОРОВЬЯ.



Лекарственные растения

Тот, кто видел хоть
однажды
Этот край и эту гладь,
Тот почти березке каждой
Ножку рад поцеловать.

С. Есенин

Степашкина Татьяна
Николаевна

Заведующая Саловской сельской
библиотекой – структурным
подразделением № 12 МБУК
«Лямбирская центральная
районная библиотека»



Лекарственные растения



Травы – лекари

**...Есть в травах и цветах –
Целительная сила.
Для всех умеющих
Их тайну разгадать.**

М.Рязанов



Травы – лекари.

Все травы – лекари – душица,
И зверобой, и медуница,
И земляника, и черника,
И брусника с голубикой.
Чистотел, полынь, калина,
Лён, календула, крапива.
Травы где найти такие,
Знают жители лесные.
Вот о чём они для нас
Поведут сейчас рассказ.





На Руси лекарственные растения применялись также издавна. Лечили людей знахари и ведуны, а также людей лечили монахи. В конце 16 века в России появляются рукописные лечебные травники. По приказу Петра 1 были созданы первые ботанические сады или аптекарские огороды при аптеках





Береза (лето)

Береза





Липа



Тысячелистник обыкновенный



Каждый лист тысячелистника, как пёрышко птицы, собран из многих небольших листиков-пушинок. Таких листиков-пушинок у одного растения действительно может быть чуть ли не целая тысяча. Приложит человек листья этого растения к ране, и кровь остановится.



Лекарственное растение

- Травка та растет на склонах
- И на холмиках зеленых.
- Запах крепок и душист,
- А ее зеленый лист
- Нам идет на чай.
- Что за травка, отгадай.
- ДУШИЦА



Ромашка лекарственная



И если случится тебе
простудиться,

Привяжется кашель,
поднимется жар,

Придвинь к себе кружку, в
которой дымитя

Слегка горьковатый,
душистый отвар.

Вс. Рождественский



Календула



Однолетнее растение, цветущее с июня по октябрь ярко-оранжевыми душистыми цветками. Его народное название ноготки.

Из цветов календулы делают настойки и мази, отвары используют для примочек. Настои календулы принимают при гастритах и колитах, болезнях печени и желчного пузыря, ишемической болезни сердца и хронических бронхитах.



Шиповник майский, или Роза майская



- Его плоды содержат в 10 раз больше витамина С, чем корки апельсина и лимона.
- Используют как витаминное средство, при заболеваниях, сопровождающихся повышенной потребностью организма в витаминах.
- Применяют как средство для заживления ран.



Земляника лесная, или Земляника обыкновенная



- В качестве лекарственного сырья используют листья и плоды.
- Водный настой листьев применяется в качестве мочегонного средства при мочекаменной и жёлчнокаменной болезнях.
- Также назначается при диабете и малокровии.



Крапива



Крапива очень богата полезными веществами. Витамина С в ней больше, чем в яблоке и лимоне. Заготавливают крапиву всю лето, сушат в тени. Отвар крапивы – известное средство для укрепления и красоты волос.



Мать-и-мачеха обыкновенная



- Традиционное средство от кашля, особенно при коклюше, а также от слизистой мокроты. Чаем из неё можно облегчить откашливание, сделать более жидкой вязкую бронхиальную слизь.
- Используется при хроническом бронхите, лар



Подорожник большой



- В народной медицине настой листьев рекомендован при сенной лихорадке (аллергии), горячке, поносе, при воспалении мочевого пузыря, раке желудка и лёгких.

- Свежие листья прикладывают к ранам, ссадинам, порезам,



Девясил, или Жёлтый цвет



- Обладает противовоспалительным, желчегонным, отхаркивающим действием, в сочетании с антисептическим эффектом положительно используется при лечении органов пищеварения.
- Применяют при заболеваниях дыхательных путей и бронхитах, при кашле, гастритах, заболеваниях печени и жёлчного пузыря.
- Обладает антимикробным и противоглистным свойствами.
- Отвар корня пьют при заболеваниях почек, мочевого пузыря.
- Регулирует обмен веществ в организме.



Чистотел большой



- Сок чистотела в народной медицине применяется для удаления бородавок, сухих мозолей, папиллом и некоторых других кожных образований. На основе сока делают лекарственные препараты с теми же свойствами.
- Ибн Сина писал, что чистотел большой полезно жевать при зубной боли, «... выжатый сок очень помогает обострить зрение и свести воду (катаракту) и бельмо перед зрачком». В современной медицине чистотел при данных болезнях не применяется, так как он очень ядовит.



Пустырник пятилопастный



- Для лечебных целей используются облиственные цветущие верхушки.
- Настой пустырника применяют при заболеваниях сердца, начальной стадии гипертонии, при эпилепсии.
- В народной медицине используют при ослаблении



ВЫВОДЫ

- Лекарственные растения могут не только вылечить, но и поддерживать наш организм в хорошем тоне, увеличить работоспособность, высвободить те ресурсы, которые тратил наш организм на борьбу с болезнями, улучшить качество жизни. Они характеризуются мягким и эффективным действием на организм, меньшим или отсутствием побочных эффектов



Спасибо за внимание!

